



von 11 bis 15 Uhr

Das schmeckt mir!



10.KW

C+C Speiseplan vom:

02.03.-06.03.2020

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Menü 1

Rührei
mit Salzkartoffeln
und Rahmspinat
Ei,M

3 St. Gemüsemaultaschen
mit einer Kräutersauce
Ei,G1,M,Sel

Polenta-Auflauf
mit grünen Bohnen
und Tomatensauce
Ei,G,M,Sel

nach DGE-Empfehlung
Vollkorn-Penne
mit einer Süßkartoffelsauce
und Karottenwürfeln
Ei,G1,G2,M,Sel

nach DGE-Empfehlung
Kürbis-Karottencreme-Suppe
mit Kartoffeln
dazu eine Scheibe
Pumpernickel
G1,G2,M,Sel


Menü 2

nach DGE-Empfehlung
Vegetarischer Linseneintopf
mit Gemüse aus Möhren,
Sellerie und Lauch
und Kartoffelwürfeln
dazu ein Brötchen
G,G1,Sel

nach DGE-Empfehlung
Paniertes Seelachsfilet
mit Vollkorn-
Tomatennudeln
dazu ein Beilagensalat
Ei,F,G1,G2 


nach DGE-Empfehlung
Schnitzel wahlweise
vom Schwein oder Hähnchen
mit Tomaten-Rahmsauce
dazu Reis 
und Rohkostsalat 
Ei,G1,M


Hackbällchen "Königsberger"
von der Pute
mit Reis 
und Erbsen-Möhrengemüse
Ei,G,M



Chicken-Nuggets
mit Curryreis
dazu Paprika-Dip
und Karottensalat
5-Ei,G1 

Menü 3

Hähnchen-Nudel-Pfanne
mit Möhren
und einer Käse-Sahne-Sauce
G1,M 

"Chili con Carne"
mit Rinderhackfleisch,
Mais, roten Bohnen,
Paprika und Reis
G 

Polenta-Auflauf
mit grünen Bohnen
und Tomaten-Hackfleisch-
Sauce von der Pute
Ei,G,M,Sel 

Bockwurst
von der Pute 
oder vom Schwein
mit Kartoffelsalat
in Essig-Öl 
15-Ei,Sel,Sen

Gemüse-Nuggets
mit Salzkartoffeln
dazu Paprika-Dip
5-Ei,G1,Sel

Dessert

nach DGE-Empfehlung
Naturjoghurt
M

Naturjoghurt
M

nach DGE-Empfehlung
Naturjoghurt
M

Naturjoghurt
M

Naturjoghurt
M

Dessert

Quark mit Vanillegeschmack
5-M

nach DGE-Empfehlung
Kirschquark
5-M

Apfelmus
5

nach DGE-Empfehlung
Müslijoghurt
G1,G2,M,N1,N2,N3

nach DGE-Empfehlung
Obst der Saison

Dessert

Äpfel

Banane

Obst der Saison

Mandarine

Kiwi

(Aufpreis 0,30 €)

Unser
Premiummenü
nach DGE
mit Bio-Anteil
(Aufpreis 1,00 €)

Premium-Menü
Vegetar. Linseneintopf mit Bio-
Gemüse aus Möhren, Sellerie und
Lauch und Kartoffelwürfeln
dazu 1 Bio-Vollkornbrötchen
G1,G2,Sel

Premium-Menü
Fischfilet "natur"
mit Vollkorn-
Bio-Tomatennudeln
dazu ein Beilagensalat
F,G1,G2

Premium-Menü
Schnitzel vom Hähnchen
mit Bio-Tomaten-Rahmsauce
dazu Reis
und Rohkostsalat
Ei,G1,M

Premium-Menü
Vollkorn-Penne
mit einer Süßkartoffelsauce
und Bio-Karottenwürfeln
Ei,G1,G2,M,Sel

Premium-Menü
Kürbis-Karottencreme-Suppe
mit Bio-Kartoffeln
dazu eine Scheibe
Pumpernickel
G1,G2,M,Sel

Inhaltsstoffe:

G=Getreide M=Milch Ei=Ei So=Soja Sel=Sellerie Sen=Senf Ses=Sesam Er=Erdnüsse N=Schalenfrüchte K=Krebstiere F=Fisch Su=Schwefeldioxid L=Lupine W=Weichtiere

1)Farbstoff 4)Geschmacksverstärker 5)Süßungsmittel 6 Säuerungsmittel 15)Nitropökelsalz G1=Weizen G2=Roggen G3=Gerste G4=Hafer N1=Mandel N2=Haselnuss N3=Walnuss

Zu- und Abbestellungen bedürfen der Schriftform (Fax oder E-Mail). Bitte geben Sie uns Ihre Bestellvorschau rechtzeitig auf. Wir sind ein nach EG Öko-Verordnung zertifizierter Bio-Betrieb, Kontrollstelle DE-ÖKO-006